Dr. BALTAZAR CARAVEDO

Médico-Director del Hospital «Víctor Larco Herrera»
(Lima - Perú)



Concepto moderno de la laborterapia

Principios fundamentales del Método de Simon

PRENSAS
DE LA
UNIVERSIDAD DE CHILE
1936

Tirada aparte de la «Revista de Psiquiatría»

Hace más de un siglo que el trabajo figura en la terapéutica de los enfermos de la mente, pero hasta fecha no lejana estaba limitado a cierto número de pacientes y a determinadas labores.

El progreso de la terapéutica en los hospitales psiquiátricos durante la fase aguda del proceso psíquico, es realmente ostensible; pero, una vez que ha pasado ese período, los enfermos quedan, por lo general, ajenos a todo tratamiento, escapando progresivamente a la colaboración a la vida social.

El valor terapéutico del trabajo ha sido reconocido desde Pinel; pero, solía ser monótono y carente de influencia psíquica, y aún en la actualidad, la mayor parte de los países lo utilizan con frecuencia lejos del criterio médico.

La actividad (ocupación, deportes, entretenimientos), empleada como remedio en los hospitales mentales, es una función médica, y por lo mismo, debe ser prescrita por el psiquiatra, y de acuerdo con la experiencia, no existe otro medio que brinde el mismo saldo, que ofrezca un valor equivalente o que represente mejor contribución al restablecimiento de los enfermos de la mente.

El movimiento intensivo en favor de la laborterapia es de data reciente, y su importancia, tanto psicológica como física, en el tratamiento de todas aquellas personas cuyos males hace necesaria prolongada estada en un ambiente hospitalario, se está haciendo cada vez más evidente.

Partiendo de ese principio, y teniendo en cuenta los excelentes resultados obtenidos con la laborterapia, los psi-



Dr. Baltazar Caravedo

quiatras tratan de ampliar su campo de acción más allá de las faenas y esparcimientos al aire libre, y organizan talleres para trabajos manuales de los más diversos, en donde los enfermos puedan encontrar los elementos para dar expansión a sus inclinaciones naturales y en donde se puedan aprovechar las habilidades de cada uno.

Simon, Director del Asilo Provincial de Gütersloch, demuestra la necesidad de remediar por la ocupación, o mejor dicho, por la actividad, la miseria moral de los enfermos, y utilizando procedimientos conocidos, ha dado el más grande paso en favor de la laborterapia, estructurando un método que él califica de **Tratamiento Activo,** pero que en realidad es una organización social en la que el trabajo es sólo una parte; método integral de reeducación, de la más grande importancia, cuya aplicación sistemática y amplia, contribuirá de manera decisiva al progreso de la asistencia de los enfermos mentales y de la organización de los hospitales psiquiátricos.

Simon no dispone de procedimiento alguno que no pueda ser puesto en práctica en cualquier establecimiento para enfermos mentales, y hace notar muy juiciosamente que la ocupación combate las causas de decadencia habitual en los **asilos,** de la irresponsabilidad, de la degradación del individuo, del ruido, de las pendencias, las groserías y la interpsicología de los delirantes; pero hace presente que la dirección médica es indispensable, así como el contar con personal secundario debidamente preparado, para llevar a la práctica este método cuyos principios fundamentales creemos interpretar de la manera siguiente:

I. La actividad a que se someta al paciente debe permanecer dentro de su capacidad, que será determinada por el médico tratante, porque toda demanda que resultara más allá de sus limitaciones causaría: molestia, insatisfacción, rechazo, inquietud, temor, sentimiento de inferioridad. El médico, al prescribir el tratamiento activo, tomará en cuenta las condiciones personales del enfermo: fuerza, resistencia, capacidad de adaptación, concepto de la responsabilidad, así como el grado de menoscabo que hayan sufrido sus facultades a consecuencia de la enfermedad.

II. La labor debe ser mantenida a la altura del más elevado nivel de eficiencia del paciente, porque la energía disponible sólo podrá ser robustecida por medio de su amplia utilización.

III. La constancia en la labor asignada, facilita la adaptación por medio de la práctica y del hábito, que son poderosos aliados de la terapia activa.

IV. La labor debe ser seria, — no un mero pasatiem-

po, no una especie de "ociosidad ocupada". Toda conducta irregular o patológica será corregida.

V. Cuantas formas de actividad sean posibles, estarán a disposición del médico, especialmente en las secciones de enfermos difíciles.

VI. Ninguna forma de inacción se tolerará, ya sea en las horas fuera de trabajo o durante los días de fiesta. Esta es la base biológica de la laborterapia; solamente reacciones sanas y favorables deben ser permitidas y, si es posible, no se dejará oportunidad para las manifestaciones patológicas. Los pacientes estarán constantemente ocupados en actividades bien controladas: distracciones de todas clases, lecturas, conferencias, juegos, deportes, música, baile. Desde este punto de vista, se pondrá en práctica la iniciativa y experiencia del médico y del personal de enfermeros.

VII. Instrucción académica, gimnasia, ejercicios rítmicos y clases de canto, se pueden utilizar en apoyo de la terapia activa.

VIII. Estímulo. La vida, al igual de cualquiera otra forma de energía, tiende a manifestarse en el sentido de la menor resistencia, del menor esfuerzo, y finalmente, parece buscar su nivel en la más baja forma posible de eficiencia. Pero la lucha obliga a todos los seres al empleo máximo de sus fuerzas, y de esta manera estimula el desarrollo. La civilización puede reducir algo esta intensa y constante presión para la mayor eficiencia, pero no podrá eliminarla.

Una persona sana desarrolla el total de su potencialidad, principalmente bajo la influencia del estímulo exterior; pero, en la mayor parte de los pacientes mentales, los impulsos íntimos para una actividad utilitaria o que tenga perspectivas de provecho, o un fin señalado, se encuentran debilitados mientras las resistencias internas han sido más bien incrementadas por la enfermedad. El único camino expedito es aquel de la adaptación biológica, y si queremos usarlo para la regeneración de las energías y aptitudes del paciente, habrá necesidad de robustecer los propios esfuerzos del enfermo; y, si no es capaz de producir él mismo el ímpetu necesario. el estímulo debe proceder de su ambiente, es decir: del médico, de la enfermera o enfermero, de los demás pacientes, y para realizar esta obra no es necesario restricciones ni violencias, únicamente una estimulación experta; enseñanza, orientación y ayuda. El buen ejemplo de aquellos que lo rodean, especialmente del personal, es el mejor estimulante.

La imitación es una poderosa fuerza biológica. La mayoría de los enfermos, inclusive los catatónicos y negativis-

tas, participan sin mayor dificultad en aquello que los demás están haciendo.

Otro poderoso estimulante para el enfermo tiene su orígen en la responsabilidad personal para su propio bienestar, responsabilidad que debe ser cuidadosamente graduada. Se colocará al enfermo en la situación de lograr por sus propias facultades beneficios que se pueden perder tan luego como no se haga acreedor a ellos.

A la categoría de esos estímulos pertenecen las pequeñas recompensas extraordinarias en forma de: alimentos, dulces, tabaco, participación en las diversiones que se realicen en el Hospital, y sobre todo, mayor libertad otorgada a los enfermos de conducta ordenada. Aquí llegamos al más alto y más importante punto de la laborterapia, que es el deseo del paciente para elaborar su propia personalidad. Esto comprende, primero que todo, el esfuerzo del enfermo para ser independiente, para atender a sus propias necesidades y llegar a adaptarse al orden de la casa, y después acostumbrarse a una conducta tranquila y correcta, desde el punto de vista del comportamiento y el control de sus emociones, por la reconquista de importantes factores de ética: amor a la verdad, al trabajo, a sus semejantes. De esta manera, los deberes de la vida social son traídos nuevamente a sus relaciones lógicas con sus derechos y demandas. Acostumbrándose al cumplimiento de sus deberes, podrá el enfermo llegar a la altura de una personalidad independiente, preparando de este modo el camino de reingreso a la sociedad. Es así cómo la activo-terapia se apodera de las aún disponibles energías positivas y habilidades del paciente y trata de desarrollarlas de acuerdo con las leyes biológicas, por medio del ejercicio y dei hábito, con el fin de reprimir y corregir al mismo tiempo el error y lo patológico. Dentro de un hospital, dice Simon, no debe perdurar la enfermedad; la principal tarea de la vida del médico es luchar contra lo patológico.

Mediante la extensión de la activo-terapia, es posible efectuar un cambio radical en el tratamiento y en la organización de los hospitales psiquiátricos. El uso de sedantes, hipnóticos, aún de los baños prolongados y de la clinoterapia, pueden ser reducidos a sus límites precisos. Las relaciones de los enfermos con su ambiente adquirirán una forma más humana, más libre, más amistosa, de mayor confianza. Todo individuo, sano o enfermo, reacciona al medio: se adapta o se defiende; pero, de manera especial, es el medio viviente el que condiciona el comportamiento del individuo. Los enfermos son más influenciados

por sus compañeros que por el ambiente muerto de los edidicios.

La actividad permanente impone demandas muy serias y exalta el procedimiento terapéutico a la categoría de arte, en el que "el personal significa todo y el sistema nada". La cooperación es indispensable; separar la labor del médico, del enfermero o enfermera, del experto en laborterapia y del maestro, es imposible. La activo-terapia requiere un personal preparado técnicamente para los múltiples y variados intereses (chacra, huerta, jardinería, trabajos domésticos, artes y oficios, gimnasia, escuela). Sin embargo, todos los conocimientos vocacionales permanecen sin valor para un tratamiento efectivo, si no están respaldeados por la experiencia y el arte psicoterapéutico, mediante el entendimiento de las peculiaridades de los pacientes difíciles, mediante la habilidad de poderlos influenciar y conquistar su confianza, y de este modo, ayudarlos a desarrollar y emplear sus energías positivas.

